



在路上

◀ 葛郁然老人每天坚持骑车，风雨无阻。

在宁海岔路镇湖头村一处不起眼的小院里，楼梯“吱吱呀呀”一阵响，95岁的葛郁然走下楼来，步履稳健，楼梯扶手也不用扶。

采访当天的遇上冷空气来袭，天空中飘着细雨。记者低头看看自己和身边的同事，都是在T恤上加了外套的；再看看葛郁然，上身一件短袖T恤，光脚夹着一双拖鞋。

“您究竟是怎样保持如此健康的身体？”这恐怕是近些年来葛郁然被问到的最多的一个问题。

“骑车。”葛郁然拍拍停在屋檐下的自行车说。一日三餐，每餐饭后，他都要骑车到村里转悠，每次都要骑上2.5公里。别说是蒙蒙细雨的天气，就连台风天，也无法阻挡。“天气不好就穿着雨衣骑呗。”

80岁那年，葛郁然还骑车去了趟宁海县城。“17公里的路，我一口气骑到，中途都没有休息过。”说起这件往事，葛郁然的语气中充满了自豪。要知道，那可是15年前，道路条件不如现在，中途还要翻越一座山岭。

对于葛郁然来说，这样的运动量，已经算小的了。他最喜欢的运动是篮球，读中学开始就喜欢打篮球，在宁海中学工作时还是校教师篮球队的主力队员。后来年事渐高，家里人也反对他进行如此剧烈的运动，于是他才改骑自行车。不过，现在只要有机会摸到篮球，他还是会忍不住来一个“三步篮”。

葛郁然不抽烟、不喝酒、不爱打麻将，运动就是他现在最大的兴趣爱好。“以前还爱看书，现在眼睛不太好，书看得少了。”读书是葛郁然自幼养成的习惯，上世纪40年代，他考上复旦大学法律系，当年整个宁海县仅此一例。大三时，因为战争的缘故，他回到宁海，成为一名老师，一干就是一辈子。

记者 崔引/摄
记者 石承承 通讯员 章建斌/文



▶ 老人现在很少打篮球，但上篮动作还是十分娴熟。



◀ 工会赠予的金婚纪念画。老人家中挂着当年一市镇教育



◀ 老人在看报。



天上飘着细雨，老人骑自行车的习惯已是风雨无阻。

